三沢病院だより

平成28年
11月

超音波検査士とは？

超音波検査のスペシャリストであり、公益社団法人日本超音波医学会が認定しております。

産婦人科領域超音波検査士

産婦人科領域
胎児の発育・形 態・機能,さらに胎盤・羊水・臍帯を評価することにより,胎児自身の状態および胎児が 置かれている環境を把握します。

PET検査とは
ＰＥＴ－ＣＴ検査について。助成のご案内

医療まめ知識
インフルエンザについて

各科紹介
中央検査室についてご紹介します

認定看護師のご紹介
皮膚・排泄ケア認定看護師をご紹介します

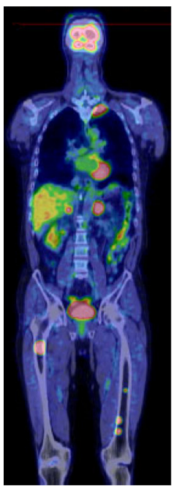
研修医日記、職員の活動内容
研修医日記Vol.2、三沢市の仮装行列に参加しました

病院からのお知らせ
院内公開講座・ハートフルコンサート開催案内

PET検査とは

一歩進んだがんの画像診断法です。

PETとは『Positron Emission Tomography』の略で、ポジトロン(陽電子)という放射線を出す物質(放射性同位元素)を含んだ薬剤(PET製剤)を注射し、そこから出る放射線をPET装置で検出することで薬剤の体内分布を画像化します。



三沢市立三沢病院に導入されている装置はCT装置が付随しており、部位の正確な特定が可能な精度の高い画像を得ることができます。

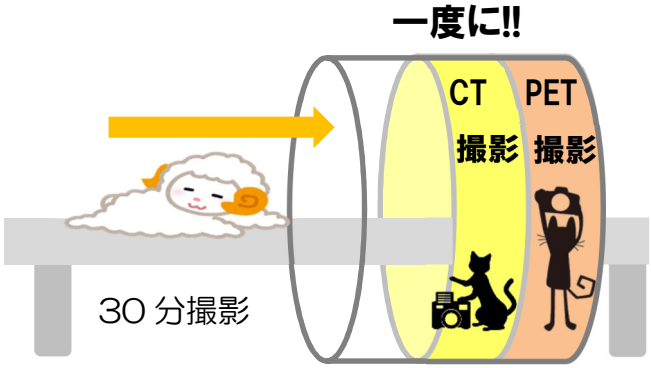
PET－CT装置

一度の検査で全身撮影

PET検査では一度の撮影で、ほぼ全身をみることができます。

苦痛の少ない検査

薬剤を注射して約1時間安静にした後、カメラの下で30分ほど横になって撮影するだけです。



がんの転移や再発の診断に有用

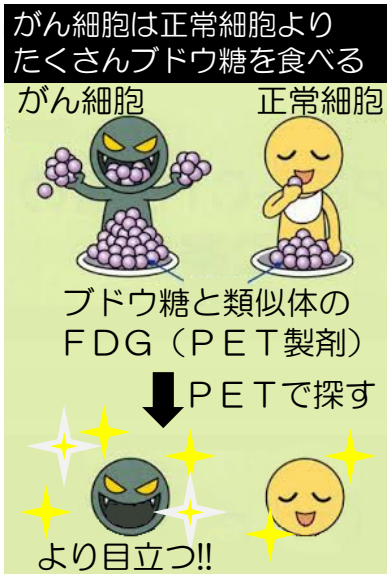
全身を一度に撮影するので、転移や再発の発見に有用です。

組織の活動状態がわかる

薬剤の集まり具合で組織の活動や、良性・悪性の識別をすることができます。

? なぜPET検査でがんがわかるのか

がん診療で使用しているPET製剤はFDGというブドウ糖の類似体のため、ブドウ糖と同様に体内の細胞に取り込まれます。脳、心臓、がん細胞などはブドウ糖の利用が盛んなため活発に取り込まれます。

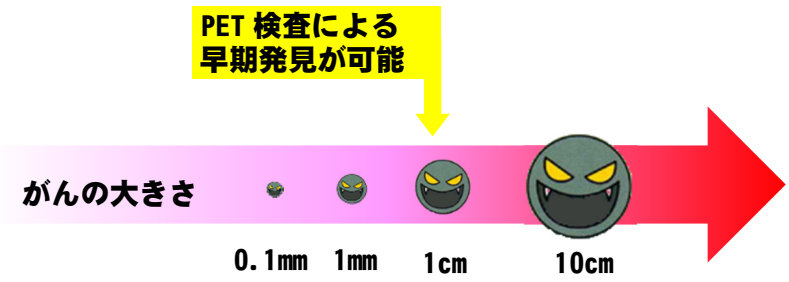


？FDG-PET検査の被ばく量は大丈夫

PET検査でおよそ3.5 mSv（ミリシーベルト）胃のX線検診とほぼ同量です。FDG-PET検査ではCT検査による被ばく（5 mSv～14 mSv）が加わりますが、FDG-PET検査によって得られる利点を考慮すれば大きな問題のない被ばく量と言えます。

？FDG-PET検査はどんながんでも見つかるのか

がんのFDG取り込みは、大きさや悪性度・増殖能によって変化します。一般に大きいがん、悪性度・増殖能が高いがんは見つかりやすく、逆に小さいがん、悪性度・増殖能が低いがんは見つかりにくくなります。一般臨床では1センチ未満のがんを見つけるのは難しくなります。また、胃癌(低分化腺癌)、前立腺癌、腎癌、膀胱癌など、がんの種類によってはFDGの取り込みが小さく、発見しにくいがんもあります。



おわりに

がんは早期発見・早期治療すれば治せる時代となりました。PET検査はがんを早期に発見できる可能性があり、がんの発見率が高いことが特徴です。皆様の健康管理にPET-CT検査を御活用ください。

PET-CT 健診でがんを早期発見！

市立三沢病院では、県南地域で初めてとなる PET-CT を導入し、早期の小さながんの発見や部位の正確な特定などの診断が高い精度でできるようになりました。

がん検診で最も重要なことは、がんを早期に発見し、早期治療につなげることです。ご自身の健康管理及び病状について PET 健診をお勧めいたします。（＊妊娠中又は妊娠している可能性のある方及びがんと診断され治療中又は経過観察中の方は受診できません。）

PET-CT 健診に対する助成

対象者：三沢市民で 50 歳以上の方（平成 29 年 3 月 31 日現在）

助成回数：1 回限り

助成金額：個人、団体の申込みで助成金額が異なります。

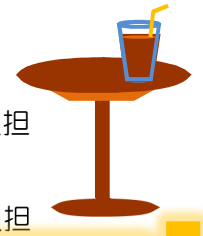
① 個人申込みの場合、52,600 円

＊ 健診料金 102,600 円との差額 50,000 円は個人負担

② 団体申込みの場合、51,800 円

＊ 健診料金 91,800 円との差額 40,000 円は個人負担

問い合わせ 市立三沢病院医事課（☎53 - 2161 内線 1010）



三沢市へ 30 万円以上の「ふるさと納税」をして頂いた方は特典品に加えＰＥＴ - ＣＴ検査が受診できます。

【お問合せ】

三沢市役所　広報広聴課

0176-53-5111（内線 214）

医療まめ知識 ― 鈴木一広医師 ―
【インフルエンザ】

寒さが増し、鍋が美味しくなってきた今日この頃、皆さん風邪など引かず元気にお過ごしでしょうか？寒さが増してきたことに伴い、感冒で来院する患者さんも増えてきますが、これから3月にかけて、特に1，2月はインフルエンザの流行が予想されます。

① インフルエンザとは

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳等の症状も見られます。お子様ではまれに急性脳症を、御高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

近年国内で流行している季節性インフルエンザのウイルスには、A（H3N2）亜型（平成21年に流行した新型インフルエンザと同じもの）、A（H1N1）亜型（いわゆる香港型）、B型の3つの種類があり、いずれも流行の可能性があります。流行しやすい年齢層はウイルスの型によって多少異なりますが、今年も、全ての年齢の方がインフルエンザに注意する必要があります。

② インフルエンザを早期発見する方法

かぜの多くは、発症後の経過がゆるやかで、発熱も軽度であり、くしゃみやのどの痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状が主にみられます。これに対し、インフルエンザは高熱を伴って急激に発症し、全身倦怠感、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。関節痛、筋肉痛、頭痛も現れます。

また、鼻の穴に綿棒を入れて、インフルエンザかどうかを調べる検査もあります。ただし、発熱からある程度の時間が経過していないと、正確な検査結果はでません。検査キットは陰性でも、周囲にインフルエンザ感染症が流行している場合には「症状や状況から判断するにインフルエンザであろう。」と診断する場合もあります。

③ インフルエンザの治療法

インフルエンザに対する治療薬としては、5種類の抗インフルエンザウイルス薬があります。（タミフル，リレンザ，シンメトレル，ラピアクタ，イナビル）飲み薬や吸入薬、点滴がありますが、患者さんの状態に合わせて処方します。

抗インフルエンザウイルス薬の服用を発症から48時間以内に開始すると、発熱期間は通常1～2日間短縮されます。なお、症状が出てから48時間以降に服用を開始した場合、十分な効果は期待できません。

その他の一般的な治療として、安静にして、休養をとるようにしましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。また、水分を十分に補給しましょう。お茶でもスープでも飲みたいもので結構です。特に小児や未成年者では、インフルエンザの罹患により、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロと歩き回る等の異常行動を起こすおそれがあるので、自宅において療養を行う場合、小児・未成年者が一人にならないよう配慮しましょう。

インフルエンザは感染を予防したり、感染したとしても症状を軽減したりすることができる病気です。日々の生活やワクチン接種で予防を図りつつ、前述のインフルエンザを疑う症状が出た場合には医療機関の受診をお勧めします。

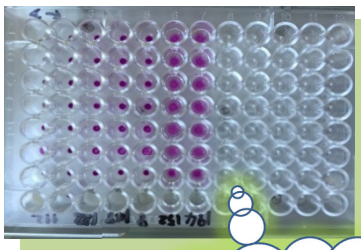
インフルエンザの予防法

01 流行前のワクチン接種
02 飛沫感染対策としての咳エチケット
03 外出後の手洗い等
04 適度な湿度の保持（50～60%）
05 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
06 人混みや繁華街への外出を控える

中央検査室 チームの紹介

診断のための検体検査と生理検査を専門に行う部署です。

ノロウィルス
気をつけて!



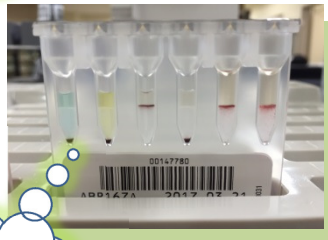
“フラジャイル”の
世界が待って
いる★

今年は
マイコプラズマが
流行

微生物
血　液
生化学
病　理
免　疫
細胞診
一　般
心電図
輸　血
超音波
脳　波

心筋梗塞…
あなたは大丈夫!?

血液型は
実は
300種類も!



てんかん
調べてます。

O型
Rh陽性

JCLL（日本臨床検査標準協議会）共有基準範囲を
採用・精度保証認証施設を取得。
安心・信頼される検査情報の提供を目指しています。

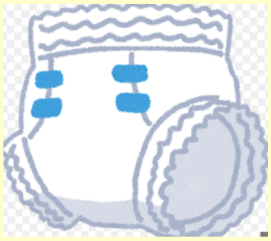
皮膚・排泄ケア認定看護師

今回は私の専門とする皮膚・排泄ケア認定看護師について紹介します。
名前を聞いただけでは何をしているか分かりにくいのですが、主に３つのことに携わっています。

認定看護師とは、日本看護協会が熟練した看護技術と知識を用いて、水準の高い看護を提供できるように設定した制度です。医師に内科医、外科医とあるように、特定の看護分野ごとに認定されています。当院にはがん化学療法看護、救急看護、感染管理、緩和ケア、糖尿病看護、皮膚・排泄ケアの認定看護師資格を取得した看護師が在籍しています。各々が専門的視点や技術を持ち、患者さまや、スタッフ教育などに関わっています。

①創傷：治りにくい傷や床ずれ（褥瘡）、傷つきやすい状態にある皮膚に対して予防的ケアを提供しています。傷があることは痛みだけではなく、治療にかかる金銭的問題やケアをする技術や時間が必要となります。傷がある人や援助する人にとって、よりよいケアを検討し、指導や実践を心掛けています。

②人工肛門、人工膀胱（ストーマ）：人工肛門になる可能性がある患者様やご家族に手術前から手術後、退院後まで関わらせてもらっています。手術するまで当たり前に行っていた排泄行動が変更となることは、多大なストレスとなります。また他者に相談しにくい内容でもあるため、情報提供やケアの実施、指導を行っています。



③失禁：オムツかぶれや下痢、尿もれなど排泄に関する悩みを抱えている人にケアの方法や物品の紹介、運動の方法などを指導しています。

—VOL.2—

2回目の日記となりました。6ヶ月間の内科研修に続いて、現在は小児科におります。

これまでとは違い、見学中心ではありますが、聴診などの基本診察から勉強しています。

小児科で最初に思い知ったのは、大人の患者さんには当たり前にできていたことが子供にはできないということ。

採血や予防接種といった注射で子供が泣くのは当たり前ですが、一般診察も一筋縄ではいきません。

聴診器を当てただけで大泣きしてしまう赤ちゃんが多いのは意外でした。心臓の音や呼吸の音がかき消されてしまいますので、泣かせないのも大切な診察技術と知りました。

お利口にモシモシ（聴診）はさせてくれるけれども、口の中だけは絶対に見せようとしない子もいます。以前、とても嫌なことがあったのでしょうね。ごめんなさいね。

超音波検査で泣き出す子も少なくありません。暗がりの中、見たこともない機械を体に当てられるのは不気味でしょう。ごめんなさいね。

赤ちゃんや子供たちの反応は様々です。一方でそういう我が子を見守る母親のまなざしには、同じあたたかさがあることも、この小児科研修で知りました。

前回の日記で書いたように、私は東北地方に住むのは初めてです。凍った道路を運転したことはありませんし、雪かきをしたこともありません。不安もありますが、少しずつ三沢の冬を楽しむことができればいいなと思っています。

春を待ちながら。

三沢市立三沢病院では、三沢まつりの中日に開催されます、大仮装行列に参加しております。今年も雨天ではありましたが「アリス・イン・ワンダーランド」で参加しました。

参加メンバーは、新採用職員や仮装熟練者を含む、薬剤師や看護師、臨床検査技師、放射線技師、理学療法士、管理課、医事課職員など多職種で構成されています。

三沢まつりが近づくと「仮装行列実行委員会」テーマや衣装づくりの工程などを話し合いますが、「仮装行列実行委員会」は別名、チーム医療推進チームと呼ばれています。

チーム医療とは、一人一人の患者さんに複数のメディカルスタッフ（医療専門職）が連携して、より良い治療やケアにあたることをいいます。それぞれの職種が専門性の高い知識や技術を持っていても、連携・協働がなければより良い医療につながらないということです。

普段は電話のやりとりしかない部署の違う人や互いに名前も知らなかった職員どうしが休憩時間や業務終了後に集まり、互いを知りながら準備をすすめたりする中でチーム医療に不可欠な「チーム力」を強化していくのであります。

このように、三沢病院の仮装行列参加は、市民を楽しませる目的、ただ単に自分たちが楽しんでやることの他に、チーム医療推進という側面を持ち合わせているのです。

チーム医療のメンバーには、患者さん本人・ご家族、社会の皆様も含まれています。これからも、沿道やマックテレビ等で三沢病院の仮装行列をご覧の際には、温かく応援していただけると幸いです。

病院からのお知らせ

院内公開講座「気になる病気の話っこ」
～市立病院に来てけじゃ～
３月までの開催案内

平成28年　12月15日（木）気になる”肝炎”の話し
講師　内科医長　鈴木 一広

平成29年　1月19日（木）化学療法って、なに？
講師　がん化学療法看護認定看護師　岡田 理津子

平成29年　2月16日（木）気になる”女性の病気”の話し
講師　婦人科医長　丸山 英俊

平成29年　3月16日（木）気になる”歯の病気”の話し
講師　歯科口腔外科医長　鄭 明源

※　最新情報は、三沢病院ホームページ（http://www.hospital.misawa.aomori.jp/）に掲載しております。

１２月　ルリオコンチェルテーノ

１月　ターキーズ

２月　吉田由衣さんほかソプラノコンサート

３月　マイディアソングス

発行：三沢市立三沢病院〒０３３－００２２　青森県三沢市大字三沢字堀口１６４番地６５号
電話番号：０１７６－５３－２１６１（代表）
http://www.hospital.misawa.aomori.jp/